

INDIANA TOBACCO QUITLINE

1-800-QUIT-NOW

WE'LL SHOW YOU HOW

# INDIANA TOBACCO QUITLINE FACT SHEET

## What is a tobacco quitline?

The quitline is a free, statewide, telephone-based tobacco cessation resource. The quitline provides information to tobacco users and non-tobacco users on tobacco dependence and its treatment and other tobacco-related information. Information may include advice for family and friends on helping a tobacco user quit and how to support a quit attempt.

## Is it evidence or science-based?

### Is it effective?

Yes. Multiple scientific reviews have established that proactive telephone counseling through quitlines is an effective cessation method. The U.S. Public Health Service *Clinical Practice Guidelines* and the *Guide to Community Preventive Services* both recommend quitlines as an effective method to help people stop smoking. Also, the state-managed quitlines form a national tobacco quitline network, which is a federal initiative, created by former Health and Human Services Secretary Tommy Thompson.

## Who can call?

Anyone can call the quitline. The quitline provides support for people who want to stop smoking or using other tobacco products; offers information on tobacco dependence for health professionals, and families or friends of tobacco users; and provides information on community or national cessation resources. Due to funding, services provided will be limited. Registration staff will request brief demographic information from callers such as age, smoking history, and zip code; however, all calls are confidential.

## What are the hours?

The hours to speak with a live Quit Coach will be 8 a.m. to 12 a.m. Eastern Time zone, seven days a week. During non-operation hours, a bank of recorded information messages will be available for callers looking for support or information. Callers will have the option to leave a voice message, listen to tailored messages, or both. Calls will be returned the next business day by a Quit Coach.

## Who answers the phone?

Indiana has contracted with Free & Clear, Inc., a highly specialized tobacco treatment provider for health plans, employers and government organizations. Free & Clear helps its customers improve the health and productivity of their populations and control related costs by reducing the prevalence of tobacco use. More than 50 million people have access to the Free & Clear Quit For Life Program, which is the only commercial tobacco treatment program in the United States with proof of effectiveness published in multiple peer-reviewed, scientific journals over the course of nearly 20 years. Free & Clear is based in Seattle, WA. More information about Free & Clear and Quit Coaches can be found at [www.freeclear.com](http://www.freeclear.com).

## Is I-800-QUIT NOW (784-8669) just for Indiana?

Although other states may be using the I-800-QUIT-NOW number; all calls placed in Indiana (based on area code of call) are automatically directed to the **Indiana Tobacco Quitline**.

## Should we recommend a quitline instead of other options?

The quitline is one part of a comprehensive tobacco cessation network of services. The quitline is provided in addition to ongoing services because different programs work for different types of people. We hope to increase the number of people who attempt to stop using tobacco, as well as increase the number of people who are tobacco-free! The quitline, along with tobacco cessation and prevention efforts, policy changes, restriction of access to tobacco, and preventing youth initiation of smoking, are all critical to decreasing tobacco-related diseases and deaths in Indiana.

## Who can I contact with questions about the Indiana Tobacco Quitline?

Please contact Erin Slevin at Smokefree Indiana, [eslevin@smokefreeindiana.org](mailto:eslevin@smokefreeindiana.org) or 317.241.6377.



INDIANA TOBACCO QUITLINE

1-800-QUIT-NOW

WE'LL SHOW YOU HOW

# LÍNEA PARA DEJAR DE FUMAR EN INDIANA HOJA INFORMATIVA

## ¿Qué es una línea para dejar de fumar?

La línea para dejar de fumar es un recurso de cesación de tabaco que utiliza una línea telefónica gratis, disponible en todo el estado. La línea para dejar de fumar les provee información a los que la usan y a los que no usan tabaco sobre la dependencia al tabaco, su tratamiento y otra información relacionada al tabaco. La información puede incluir consejos para familia y amigos que están ayudando a una persona que quiere dejar de usar tabaco y como apoyar un intento para dejar de fumar.

## ¿Se basa en la evidencia o en investigaciones científicas? ¿Es efectiva?

Sí. Varias evaluaciones científicas han establecido que la consejería telefónica proactiva a través de las líneas para dejar de fumar es un método efectivo para dejar de usar tabaco. Las Pautas de Práctica Clínica del Servicio de Salud Pública de EE.UU. y la Guía de Servicios Preventivos de la Comunidad recomendaron las líneas para dejar de fumar como un método efectivo para ayudar a dejar de usar tabaco. Además, las líneas para dejar de fumar que administran los estados forman una red nacional, que es una iniciativa federal creada por el ex Secretario del Departamento de Salud y Servicios Humanos, Tommy Thompson.

## ¿Quién puede llamar?

Cualquiera persona puede llamar a la línea para dejar de fumar. La línea provee apoyo para aquellas personas que quieren dejar de fumar o dejar de usar otros productos de tabaco; ofrece información sobre la dependencia al tabaco para profesionales de salud, familias o amigos de fumadores y otros usuarios de tabaco; y provee información sobre recursos de cesación comunitarios y nacionales. Debido a limitaciones financieras, los servicios proveídos serán limitados. El personal de inscripción pedirá a los que llaman un poco de información demográfica como su edad, historia de fumar, y su código postal; no obstante, todas las llamadas son confidenciales.

## ¿Cuál es el horario?

El horario para llamar a un representante en persona es entre las 8 a.m. y las 12 a.m., Tiempo del Este, siete días a la semana. Durante horas no operacionales, un banco de mensajes estará disponible para personas en busca de apoyo o información. Los que llaman tienen la opción de dejar un mensaje, escuchar mensajes de acuerdo a lo que necesitan, o los dos. Los representantes devolverán las llamadas al siguiente día.

## ¿Quién contesta al teléfono

Indiana tiene un contrato con Free & Clear, Inc., un proveedor muy especializado en tratamiento de tabaco para planes de salud, empleadores y organizaciones del gobierno. Free & Clear ayuda a sus clientes a mejorar la salud y la productividad de su población y controla los costos relacionados a la salud reduciendo la preponderancia del uso de tabaco. Más de 50 millones de personas tienen acceso al Programa Dejar de Fumar para la Vida, que es el único programa comercial de tratamiento de tabaco en los Estados Unidos con prueba de efectividad publicadas en varios periódicos científicos y revisados por la comunidad científica durante el transcurso de casi 20 años. Free & Clear está ubicado en Seattle, WA. Se puede encontrar más información sobre Free & Clear y sus representantes en [www.freeclear.com](http://www.freeclear.com).

## ¿Es 1-800-QUIT NOW (784-8669) solamente para Indiana?

Aunque otros estados están usando el número, 1-800-QUIT-NOW, todas las llamadas de Indiana (basada en el código de la zona de la llamada) están dirigidas directamente a la Línea para Dejar de Fumar de Indiana.

## ¿Se debe recomendar una línea para dejar de fumar en vez de otras opciones?

La línea para dejar de fumar es una parte de una red comprensiva de servicios de cesación de tabaco. Se provee la línea para dejar de fumar además de otros servicios para programas diferentes que funcionan para diferentes tipos de personas. ¡Esperamos aumentar el número de personas que intentan dejar de usar tabaco, y a la vez, aumentar el número de personas que están libres del tabaco! La línea para dejar de fumar, con otros esfuerzos de cesación y prevención de tabaco, cambios en políticas, restricción de acceso a tabaco, y prevención de jóvenes para empezar a fumar, son todos críticos en reducir las enfermedades y muertes relacionadas al tabaco en Indiana.

## ¿A Quién puedo contactar con preguntas sobre la Línea para Dejar de Fumar de Indiana?

Por favor contactarse con Erin Slevin en Smokefree Indiana, [eslevin@smokefreeindiana.org](mailto:eslevin@smokefreeindiana.org) o 317.241.6377.

